

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 14 апреля 2025 г. (понедельник)

Сезон: весенний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню

ЗАВТРАК (1-4 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	90	191
Макаронные изделия отварные с соусом красным	150/30	196
Сыр порционный	10	35
Повидло фруктовое	10	37
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	44	97,7

ЗАВТРАК (5-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	100	200
Макаронные изделия отварные с соусом красным	180/50	232
Сыр порционный	10	70
Повидло фруктовое	20	74
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	111

ОБЕД:

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Студенческий»	100	132
Свекольник со сметаной	200/10	163
Рыба по-польски	200	197
Соус	200	94
Хлеб пшеничный	40	88,8
Хлеб ржаной	40	84

ЗАВТРАК (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	90	191
Макаронные изделия отварные с соусом красным	150/30	196
Сыр порционный	10	57
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	20	82,2

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Свекольник со сметаной	200/5	163
Соус	180	94
Хлеб пшеничный	20	94

Ответственный по питанию:

Е.В. Когликова